

Fünf Gründe, warum Recovery Colleges gezielt gefördert werden sollten

Ein Kurzbeitrag zur Weiterentwicklung einer recoveryorientierten Psychiatrie

VON SIMON A. STIEHL, JARED OMUNDO, NORA AMBORD, CHRISTIAN BURR, ORKAN OKAN, MICHAEL SCHULZ

Recovery Colleges (RC) sind gemeindenahe, koproduktiv gestaltete Bildungsangebote zur Förderung seelischer Gesundheit. Dieser Kurzbeitrag zeigt fünf zentrale Gründe, warum RCs und verwandte Strukturen nachhaltig gefördert werden sollten: 1. Sie stärken Selbstbestimmung, 2. entlasten das Versorgungssystem, 3. reduzieren Stigmatisierung, 4. verankern Partizipation strukturell und 5. fördern soziale Inklusion. Trotz nachgewiesener Wirksamkeit fehlt häufig eine langfristige, sektorübergreifende Regelfinanzierung, obwohl RCs ein effizientes Public-Health-Instrument darstellen.

1. Einleitung und Hintergrund

Recovery ist ein zentrales Metaparadigma der psychosozialen Versorgung (vgl. 31, 28) und wird u.a. im WHO-Aktionsplan hervorgehoben (45). Recovery Colleges (RC) sind gemeindenahe Bildungsorte, die selbstbestimmte Lernprozesse zur mentalen Gesundheit fördern (vgl. 42, 35). Sie sind Teil von Gesundheitsförderung und Prävention und damit relevante Public-Health-Maßnahmen. Der Ansatz geht im Ursprung unter anderem auf Recovery Education Centers (REC) der 1990er Jahre in den USA zurück (31); das erste Recovery College entstand 2009 in England. Inzwischen sind RCs international verbreitet und ein zentraler Bestandteil recoveryorientierter Versorgung (34, 16). Eine Erhebung identifizierte weltweit 221 RCs in 28 Ländern (14). Auch im deutschsprachigen Raum existiert mit dem RCN-D ein wachsendes Netzwerk (33, 34).

RCs verbinden Peer-Expertise, Fachwissen und wissenschaftliche Erkenntnisse in einem dialogischen Lernraum (vgl. 15, 5). Im Unterschied zur klassischen Psychoedukation (vgl. 43) basieren sie auf Koproduktion, Partizipation und Erwachsenenbildung (4, 27, 1). Psychische Gesundheit wird dabei in sozialen Kontexten verstanden (41). Zentrale Wirkmechanismen sind Empowerment, soziale Beziehungen, persönliches Wachstum und reduzierte Machtunterschiede (39). Trotz wachsender Bedeutung existieren RCs in Deutschland meist projektbasiert ohne nachhaltige Finanzierung, obwohl sie individuelle Recovery-Prozesse fördern und das Versorgungssystem entlasten können.

2. Fünf Gründe zur Förderung von Recovery Colleges

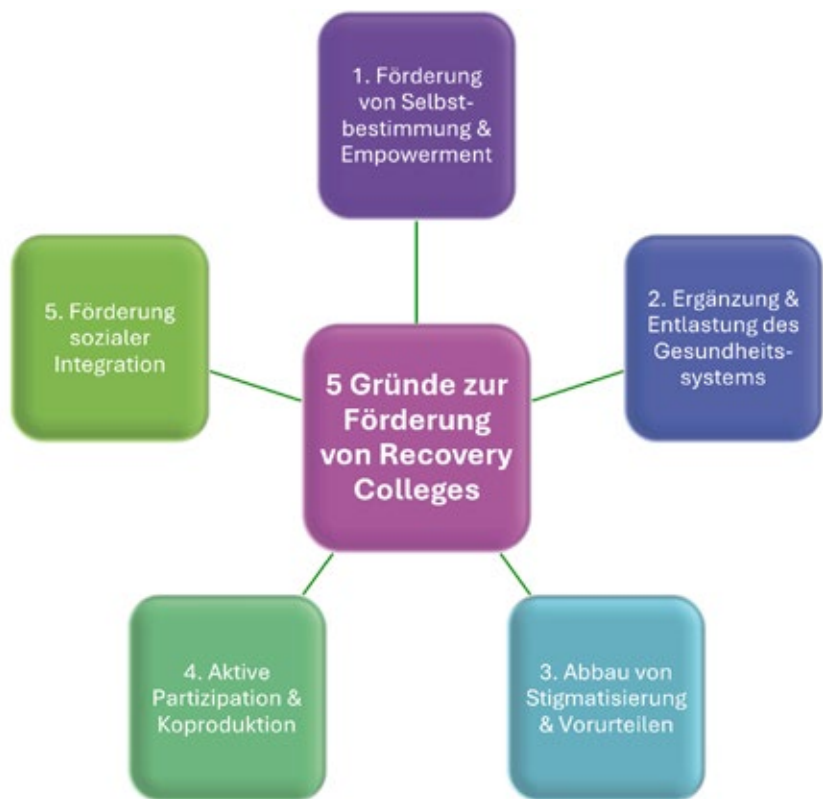


Abb. 1: Fünf zentrale Gründe, warum Recovery-College-Einrichtungen gefördert werden sollten (eigene Darstellung S. A. Stiehl).

2.1 Förderung von Selbstbestimmung und Empowerment

RCs verbessern Lebensqualität und subjektive Recovery (20, 24, 2). Teilnehmende berichten von mehr Hoffnung, Selbstwirksamkeit und Resilienz (vgl. 38). Krisenerfahrungen werden als Ressource genutzt, wodurch Menschen zu aktiven Gestaltenden ihres Recovery-Prozesses werden (7, 3). Grundlage ist u.a. das CHIME-Framework (vgl. 22), das vor allem Hoffnung, Identität und Selbstbestimmung stärkt.

2.2 Ergänzung und Entlastung des Gesundheitssystems

RCs ergänzen die Versorgung durch präventive, bildungsorientierte Ansätze. Hinweise auf reduzierte Nutzung kostenintensiver Angebote (vgl. 29, 8, 6) zeigen ökonomisches Potenzial. Durch Förderung von Gesundheitskompetenz (vgl. 26) werden Selbstmanagement und Krisenprävention gestärkt (vgl. 34). Angesichts geringer mentaler Gesundheitskompetenz in der Bevölkerung (17) besteht ein hoher Bedarf. RCs sind daher auch unter Ressourcenaspekten sinnvoll und nachhaltig.



Für Fachkräfte mit Haltung: Ihre Stimme im Gesundheitswesen.

Engagiert, kritisch, interprofessionell – das ist Dr. med. Mabuse. Seit 1976 bietet die Zeitschrift eine Plattform für Debatten und Beiträge aus allen Gesundheitsberufen. Sie fördert den interprofessionellen Dialog und setzt sich für ein solidarisches Gesundheitssystem ein.

Neu:
Auch als E-Paper
erhältlich!

ab nur
9,95 €
im Monat

Jetzt informieren & Abo sichern:
www.zeitschrift-mabuse.de

2.3 Abbau von Stigmatisierung und Vorurteilen

RCs fördern durch offene Lernsettings den Abbau von Stigma (vgl. 2, 30, 48). Trialogische Lernformate ermöglichen Begegnung auf Augenhöhe und relativieren klassische Rollenzuschreibungen. Auch Fachkräfte profitieren durch erhöhte Sensibilität gegenüber Stigmatisierung (9). RCs normalisieren psychische Krisen im gesellschaftlichen Kontext und fördern eine menschenrechtsbasierte Perspektive (vgl. 12, 46, 31).

2.4 Partizipation und Koproduktion

Partizipation ist in RCs strukturell verankert: Betroffene gestalten Organisation und Inhalte aktiv mit (vgl. 40, 15, 47). Sie werden zu aktiv Lehrenden und Mitgestaltenden (vgl. 39). Für Fachkräfte bedeutet dies eine Haltungsveränderung hin zu Partnerschaftlichkeit und Shared Decision Making (vgl. 21). RCs fördern so eine recoveryorientierte Organisationskultur (vgl. 31, 11).

2.5 Förderung sozialer Integration

RCs stärken soziale Inklusion und Teilhabe (vgl. 24). Es entstehen neue soziale Rollen, Netzwerke und Gemeinschaften (vgl. 20). Viele Teilnehmende finden Wege in Bildung, Engagement oder Arbeit (vgl. 25). RCs wirken als Brücken zwischen Versorgungssystem, Bildung und Zivilgesellschaft (vgl. 34), wobei eine mögliche institutionell-fachliche Vereinnahmung kritisch reflektiert werden sollte (vgl. 36).

3. Fazit

Recovery Colleges sind eigenständige Bildungsangebote mit individueller, gesellschaftlicher und systemischer Wirkung. Sie stärken Selbstbestimmung, integrieren Peer-Expertise und verbinden Lebenswelt- und Fachperspektiven. Zukünftig ist eine klare strukturelle Verortung der Finanzierung notwendig (vgl. 34). Beispiele wie der Kanton Bern zeigen die Umsetzbarkeit einer Regelfinanzierung. Insgesamt fördern RCs Empowerment, Hoffnung, Lebensqualität und reduzieren Stigma (20, 24, 2). Bei vergleichsweise geringen Kosten (vgl. 29, 8, 6) sind sie ein effektives Instrument für eine moderne, inklusive Psychiatrie. ■

Autorenangaben

Simon Alexander Stiehl, B. Sc. (Korrespondenz), Doktorand, Student der Humanmedizin, B. Sc. Gesundheits- und Pflegewissenschaft, examinierter Gesundheits- und Krankenpfleger (Schwerpunkt Psychiatrie), Honorarfachkraft (Bereich: Medizindidaktik) an der Medizinischen Hochschule Brandenburg (MHB) Theodor Fontane, externer Lehrbeauftragter und Prüfer der Hochschule Osnabrück, Mitinitiator des Recovery Colleges Osnabrück (RCO).

Jared Omundo, M. Sc., Doktorand an der Technischen Universität München (TUM), M. Sc. Soziale Arbeit, Suchttherapeut (DRV), Dozent/ Teamleiter am Recovery College GT-OWL

Nora Ambord, M. Sc., BSc Pflege und MSc Gesundheitswissenschaft, wissenschaftliche Mitarbeiterin Berner Fachhochschule im Innovationsfeld Psychische Gesundheit und Psychiatrische Versorgung, Vorstandsmitglied und Dozentin am Recovery College Bern

Dr. rer. Cur. Christian Burr, Dozent, Berner Fachhochschule, Departement Gesundheit im MSc-Studiengang Pflege, Vertiefung Psychiatrie (PMHNP) und im Innovationsfeld Psychische Gesundheit und Psychiatrische Versorgung; Pflegeexperte, Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie, UPD Bern; Präsident Förderverein Recovery College Bern (CH)

Prof. Dr. phil. Orkan Okan, Professor für Gesundheitskompetenz an der Technischen Universität München (TUM), Dr. phil., TUM School of Medicine and Health, Department of Health and Sport Sciences, Direktor des WHO Kollaborationszentrums für Gesundheitskompetenz an der TUM, TUM Campus im Olympiapark, München

Prof. Dr. rer. medic. habil. Michael Schulz, LWL-Klinikum Gütersloh, stellvertretender Pflegedirektor am LWL-Klinikum, Gütersloh, zudem tätig im Vereinsvorstand des Recovery Colleges Gütersloh, Honorar-Professur an der Fachhochschule der Diakonie, Bielefeld

Über den untenstehenden QR-Code kann das Literaturverzeichnis abgerufen werden.



Recovery College Gütersloh (RC-OWL)



Das Recovery College Gütersloh – OWL (RC GT-OWL) ist seit 2019 ein niedrigschwelliges Bildungsangebot zur Förderung psychischer Gesundheit, von Recovery und Teilhabe in der Region Ostwestfalen-Lippe mit Standort in Gütersloh. Es richtet sich an Menschen mit eigener Krisenerfahrung, Angehörige, Fachpersonen sowie interessierte Bürger:innen. Die Arbeit des RC GT-OWL basiert auf vier zentralen Säulen: 1. Seelische Gesundheit ist lernbar – offene Kursangebote für alle

Bürger:innen, 2. Verbundenheit – niedrigschwellige Begegnungs- und Lernmöglichkeiten, u.a. im Café als sozialem Raum, 3. Recoveryorientiert arbeiten – Schulungen und Prozessbegleitung für Institutionen im psychiatrischen und psychosozialen Bereich sowie 4. Genesungsbegleitung – EX-IN-Qualifizierung und praxisnahe Fortbildungen (z.B. »Genesungsbegleitung praktisch«). Die Kurse werden im Koproduktionsansatz gemeinsam von Menschen mit eigener Erfahrung psychischer Krisen und Fachkräften (z.B. aus Medizin, Pflege und Sozialarbeit) entwickelt und durchgeführt. Dadurch entsteht ein Lernen auf Augenhöhe mit hohem Praxisbezug. Pro Semester finden etwa 40 bis 50 Seminare und Workshops statt, durchgeführt von rund 50 Dozierenden. Seit der Gründung wurden über 1.000 Teilnehmende erreicht (vgl. 24). Das Projekt wird von ReOrGe e.V. in Kooperation mit dem

LWL-Klinikum Gütersloh getragen und durch die LWL-Sozialstiftung sowie die Gütersloher Bürgerstiftung gefördert. Die Umsetzung erfolgt durch ein Koordinationsteam mit drei Teilzeit-Projektmitarbeitenden. Das Angebot ist bewusst inklusiv gestaltet: sozial gestaffelte Kursgebühren (z.B. 5 Euro/10 Euro bzw. 10 Euro/20 Euro, Semesterflatrate 30 Euro/60 Euro) ermöglichen die Teilnahme unabhängig von finanziellen Ressourcen. Weitere Informationen: <https://www.rcgt-owl.de/>.



Recovery College Bern (RCB)



Das Recovery College Bern (RCB) wurde 2019 als erstes Recovery College in der deutschsprachigen Schweiz gegründet. Damals als Projekt der Universitären Psychiatrischen Klinik in Bern (UPD) gestartet, ist es heute Teil der Interessengemeinschaft Sozialpsychiatrie Bern (igs Bern) und wird zusätzlich von einem eigenen

Förderverein unterstützt. Herausfordernde finanzielle Entwicklungen im Jahr 2024 führten zu einem beeindruckenden politischen Engagement der RCB-Community: So hat das RCB seit 2025 einen längerfristigen staatlichen Leistungsauftrag vom Kanton und der Stadt Bern. Aktuell baut das RCB zwei weitere Standorte im Kanton Bern auf: Seit dem Frühjahrssemester 2026 werden im Berner Oberland (Interlaken) Kurse angeboten, und ab 2027 ist ein weiterer Standort in Biel geplant. Das RCB bietet zurzeit pro Semester rund 35 komodorierte Kurse an, hat bereits über Tausend Teilnehmende willkommen geheißen und arbeitet mit mehr als 50 Kursmoderator:innen zusammen. Die Kurskosten richten sich nach dem Einkommen. Unter dem Leitgedanken »gemeinsam lernen genesen« begegnen sich im RC Bern Menschen mit unterschiedlichen und gemeinsamen

Bezügen zu psychischer Gesundheit. Vielstimmigkeit und ein Austausch auf Augenhöhe prägen die Lehr- und Lernatmosphäre. Das RCB lebt von einer engagierten Community und zahlreichen Geschichten des Empowerments. Dies zeigt sich unter anderem darin, dass einige Personen den Weg von Studierenden zu Kursmoderator:innen und teilweise bis in den Vorstand vom Förderverein gefunden haben. Weitere Informationen: <https://www.recoverycollegebern.ch> (2).



Recovery College Osnabrück (RCO)



Das Recovery College Osnabrück (RCO) ist ein Bildungsangebot im Bereich der seelischen Gesundheitsförderung und psychosozialen Unterstützung für den Raum Stadt/Land Osnabrück (36). Die Idee entstand 2019 aus einem Zusammenschluss verschiedener Akteure, darunter die Selbsthilfegruppe Psychiatrieerfahrene/Trialog Osnabrück e.V., Hochschul- und Universitätsstudierende unterschiedlicher Fachrichtungen, der Weitblick e.V. sowie bereits bestehende Recovery Colleges, insbesondere das RC Bern und das RC Gütersloh. Im Rahmen eines Auslandssemesters in der Schweiz eines Gründungsmitgliedes und Mitinitiators wurde der RC-Ansatz aus der Schweiz vom RCB in den Osnabrücker Raum transferiert. Aus einer Projektgruppe na-

mens »AG Recovery College Osnabrück« (von ca. 2019 bis 2022), die sich in der Aufbauphase alle zwei Wochen traf, entwickelte sich der Aufbau eines eigenen Recovery Colleges in Osnabrück. Das erste Semester des RCO wurde mit dem Theodor-Fliedner-Preis mit 5.000 Euro gefördert.

Das RC Osnabrück versteht sich als offener Lernort, an dem Menschen mit und ohne eigene Krisenerfahrungen gemeinsam lernen und sich austauschen können. Inhaltlich stehen Themen wie Krisenbewältigung, Hoffnung, Identität, Selbstfürsorge und der Umgang mit psychischen Belastungen im Mittelpunkt (34, 36). Die Kurse werden im Sinne des Recovery-Gedankens gemeinsam von erfahrenen Peers und Fachpersonen gestaltet. Ziel ist dabei nicht Therapie, sondern Bildung, Empowerment und die Stärkung von Selbstwirksamkeit. Das Leitbild des Recovery Colleges Osnabrück betont dabei, dass ehrliche Begegnung auch in schwierigen Zeiten hilfreich sein kann, dass jeder Mensch einen inneren Kern und damit eine eigene Orientierung besitzt und dass es bereichernd ist, voneinander zu lernen. Außerdem wird jeder Mensch als »Experte in eigener Sache« verstanden. Jede Erfahrung kann für andere hilfreich sein, wobei jede Person selbst entscheidet, ob und inwiefern sie eine Erfahrung als hilfreich erlebt. Die Vielfalt unterschiedlicher Wirklichkeiten, Realitäten und Wahrnehmungen

wird dabei ausdrücklich als Bereicherung verstanden. Eine besondere Stärke des Colleges liegt in seiner partizipativen und koproduktiven Struktur: Vor allem Hochschul- und Universitätsstudierende arbeiten gemeinsam mit krisenerfahrenen Personen und Ehrenamtlichen an der Planung und Umsetzung der Kurse und des Rahmens. Das aktuelle Kursprogramm umfasst vier Kurse, die in der Regel kostenfrei/auf Spendenbasis angeboten werden. Anmeldungen sind über rc-osnabrueck@mailbox.org möglich.

Aktuell ist das RC Osnabrück im soziokulturellen Verein K.A.F.F. e.V. im Hafen Osnabrück, abseits von professionellen psychiatrischen Diensten, verortet. (Kurse: https://weitblicker.org/media/documents/osnabrueck/recovery_kursangebot_sommer_2026.pdf; letzter Zugriff: 17.05.2026)

